

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Makanan selingan merupakan asupan yang dikonsumsi di sela-sela waktu makan utama sebagai tambahan untuk melengkapi kebutuhan energi dan zat gizi harian. Pada wanita usia subur (WUS), makanan selingan memiliki peran penting dalam menjaga status gizi, mencegah kekurangan zat gizi, serta mendukung kesehatan reproduksi. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dan berbagai penelitian menunjukkan bahwa masalah gizi seperti anemia dan kekurangan energi kronis masih menjadi perhatian pada kelompok WUS di Indonesia. Oleh karena itu, pemilihan makanan selingan yang bergizi menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas asupan zat gizi harian (Sofiyanti et al., 2023).

Makanan selingan yang baik tidak hanya berfungsi mengurangi rasa lapar, tetapi juga dapat menjadi tambahan zat gizi vitamin, protein, zat besi dan mineral yang dibutuhkan tubuh. Berbagai penelitian tahun 2020–2026 menunjukkan bahwa konsumsi makanan selingan bergizi dapat membantu memenuhi kebutuhan zat gizi yang sering kurang terpenuhi dari makanan utama. Pada wanita usia subur, kecukupan protein dan zat besi sangat penting karena berhubungan dengan pembentukan hemoglobin dan pencegahan anemia. Riskesdas 2018 melaporkan bahwa sebanyak 48,9% perempuan berusia 15-24 tahun mengalami anemia, sehingga diperlukan alternatif makanan selingan yang kaya zat gizi (Prihatini, 2020).

Selain masalah anemia, pola konsumsi masyarakat yang cenderung memilih makanan yang tinggi garam, gula, dan lemak namun rendah kandungan gizi bisa meningkatkan risiko berbagai masalah kesehatan. Oleh karena itu, pengembangan makanan selingan yang memiliki nilai gizi tinggi menjadi salah satu Langkah untuk meningkatkan kesehatan wanita usia subur. Selain memiliki kandungan zat gizi yang optimal, produk yang dikembangkan sebaiknya mudah dan praktis agar diterima masyarakat dan sangat berpotensi dijadikan makanan selingan fungsional (Costlow et al., 2025).

Semakin berkembangnya zaman semakin banyak aneka macam makanan yang dapat berdampak negatif bagi kesehatan masyarakat. Kebiasaan

mengonsumsi makanan yang kurang higienis atau mengandung bahan berbahaya dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan. Masalah kesehatan yang sering muncul akibat kondisi tersebut antara lain diare dan muntaber (Nurleny et al., 2020).

Makanan alternatif yang lagi beredar, merupakan salah satu jajanan modern yang mudah dibuat dan mengandung nutrisi yang cukup lengkap di antara makanan alternatif yang beredar adalah brownies crispy (Desvira Riandy et al., 2022). Brownies crispy salah satu olahan kue kering mempunyai warna yang coklat sedikit gelap, teksturnya yang renyah, dan memiliki rasa manis (Sumarjo et al., 2023). Brownies crispy bisa dijadikan alternatif dengan menambahkan bahan lain pada olahan Brownies Crispy tersebut (Tustiana & Setyaningsih, 2020). Penambahan bahan lokal yang kaya zat besi dan protein diharapkan bisa mendorong nilai gizi brownies crispy sehingga lebih sesuai dijadikan makanan selingan untuk WUS.

Bahan pangan yang dapat di manfaatkan sebagai tambahan produk makanan, secara langsung maupun dalam olahan tepung yaitu kacang kedelai (Syiaiful et al., 2022). Kacang kedelai merupakan tumbuhan yang tumbuh di Manchuria atau di sebagian negara cina yang setelah itu nyebar ke tropika. Kacang kedelai adalah sumber protein yang tinggi yaitu 30,53 sampai 44%. Kandungan zat besi pada kacang kedelai lebih tinggi dibandingkan dengan kacang merah maupun kacang tanah, yaitu sekitar 10mg/ 100 gr kacang kedelai (Shela Amelia Safira, Mulus Gumilar, 2022).

Bahan pangan seperti daun kelor dapat di manfaatkan sebagai tambahan produk makanan karena daun kelor memiliki zat gizi kaya akan vitamin A, vitamin B, vitamin C, protein, dan zat besi yang mudah dimanfaatkan oleh tubuh. Setelah dikeringkan dan diolah menjadi tepung, kandungan zat besinya tetap tinggi. Tepung daun kelor mengandung zat besi sebesar 28,2 mg per 100 gram, atau sekitar 25 kali lebih tinggi dibandingkan kandungan zat besi bayam. Oleh karena itu, tepung daun kelor memiliki potensi untuk digunakan sebagai bahan pangan dalam upaya pencegahan anemia (Hastuty & Nitia, 2022). Sementara itu, daun kelor mengandung zat besi sekitar 36,91 mg/ 100 gr (Eriyahma, 2023).

Pengembangan makanan selingan dengan penambahan tepung kacang kedelai dan penambahan tepung kelor bertujuan untuk menghasilkan jajanan yang sehat tinggi zat besi dan kandungan protein yang dapat mendukung kesehatan tubuh serta dapat menjadi alternatif makanan selingan. Penelitian utama dilakukan 18 Februari 2026 di Laboratorium Teknologi Pangan Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan. Penilaian Mutu fisik dilakukan melalui uji organoleptik yang melibatkan 60 orang panelis. Karakteristik yang dinilai pada brownies crispy meliputi warna, aroma, rasa dan tekstur pada 3 perlakuan yang berbeda, yaitu :

1. Perlakuan A = Tepung kacang kedelai 35gr + Tepung daun kelor 5 gr
2. Perlakuan B = Tepung kacang kedelai 25gr + Tepung daun kelor 15 gr
3. Perlakuan C = Tepung kacang kedelai 30gr + Tepung daun kelor 10 gr

Dari hasil uji organoleptic menunjukkan bahwa perlakuan B merupakan perlakuan dengan tingkat penerimaan paling tinggi dibandingkan perlakuan lainnya. Dengan demikian, penulis bermaksud untuk mengangkat penelitian dengan judul “Analisis Mutu Fisik dan Mutu Kimia Brownies Crispy Dengan Penambahan Tepung Kacang Kedelai dan Tepung Daun Kelor Sebagai Makanan Selingan Wanita Usia Subur (WUS)”

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Analisis Mutu Fisik dan Mutu Kimia Brownies Crispy Dengan Penambahan Tepung Kacang Kedelai dan Tepung Daun Kelor Sebagai Makanan Selingan Wanita Usia Subur (WUS)?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengkaji bagaimana analisis mutu fisik dan mutu kimia brownies crispy penambahan tepung kacang kedelai dan tepung daun kelor sebagai makanan selingan wanita usia subur (WUS).

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai mutu fisik melalui uji organoleptik brownies crispy penambahan tepung kacang kedelai dan tepung daun kelor sebagai makanan selingan wanita usia subur (WUS) yaitu warna, aroma, tekstur, rasa
- b. Menguji kadar mutu kimia dari brownies crispy penambahan tepung kacang kedelai dan tepung daun kelor sebagai makanan selingan wanita usia subur (WUS). meliputi: kadar abu, kadar air, KH, lemak, protein dan zat besi.
- c. Menganalisis mutu fisik dan mutu kimia brownies crispy penambahan tepung kacang kedelai dan tepung daun kelor sebagai makanan selingan wanita usia subur (WUS).

D. Manfaat

1. Manfaat Bagi Peneliti

Memperluas pengetahuan peneliti serta wawasan terkait proses pengembangan brownies crispy melalui penambahan tepung kacang kedelai dan tepung daun kelor sebagai salah satu alternatif makanan selingan bagi wanita usia subur (WUS).

2. Manfaat Bagi Masyarakat

Menyebarkan informasi kepada masyarakat terkait penggunaan bahan pangan lokal yang tersedia dalam jumlah melimpah untuk diolah menjadi makanan selingan dengan kandungan gizi yang baik bagi wanita usia subur (WUS).

3. Manfaat Bagi Institusi

Hasil yang diperoleh diharapkan mampu menambah informasi mengenai pemanfaatan tepung kacang kedelai dan tepung daun kelor dalam upaya pengembangan serta peningkatan kualitas brownies crispy sebagai makanan selingan bagi wanita usia subur (WUS).